

溫泉醫療

三總北投分院 家庭醫學科主任

陳家勉 醫師

人類使用溫泉的歷史頗為悠久，溫泉除了有醫學美容與醫療上的效果外，還兼具農作養殖及觀光休閒方面的功能。溫泉醫療是一種利用溫泉或是溫泉相關產品從事醫療的行為，溫泉如能善加利用可促進健康及治療疾病，但使用不當時反而會有併發症的產生。為了讓溫泉醫療有長足性的發展，歐洲及日本等溫泉國政府莫不致力於以實證醫學為基礎的溫泉研究及推廣以全民健康為福祉的溫泉醫療保健，而且溫泉醫療亦早以納入國家健康保險體制之內，其中日本除了對於溫泉的各種泉質做了許多效能方面的分析與研究外，而且在醫師們的參與下也發展出一套先進的溫泉醫學。

溫泉在醫療上的應用大致可分為浴用法、飲用法、含漱法、蒸氣吸入法及洗滌法等方法，然而，相較於歐洲各溫泉國日本比較限縮於浴用法與飲用法上的應用。隨著科技的昌明及醫學的進步，以往各種溫泉醫用的方式已被廣泛地運用在當今的醫療、休閒及日常生活之中，像是浴用法已被使用在醫院復健科的水療及溫泉旅館的 SPA 之中，而不同礦物成分的溫泉礦泉水也是被商品化來供人們生活上的飲用；此外，治療牙疾的漱口藥水、幫助氣喘及慢性支氣管炎病患咳痰的蒸氣吸入法及便秘所使用的灌腸等方法，都是將先前溫泉醫療的應用模式沿用在近代的醫療臨床上。

溫泉對於人體的療效主要分為 4 個部分：(1). 物理作用：靜水壓、浮力及黏性與磨擦抵抗；(2). 溫熱作用；(3). 泉質中化學成分作用；(4). 非特異的變調作用，而溫泉所發揮的療效則大致上是以上 4 種作用的整體效應。一般而言，溫泉浴相較於使用自來水之家庭沐浴除了同樣有著潔淨身體的功能外，單是溫泉浴物理作用之效應就高於自來水水療之功效，而且溫泉在持續性的溫熱效用上也略勝一籌，至於溫泉泉質中的化學成分及非特異變調作用則是溫泉所特有。

針對溫泉水中個別的化學組成(所溶解的離子成分)其特有的功效則為：(1). 金屬成份：**鐵**-血紅素生成所必須，可治療缺鐵性貧血；**鎂**-具有制酸及催瀉之功能，可治療

胃炎及輕度的便秘；**鉀與鈉**-可維持體內之酸鹼平衡與正常的滲透壓，並可滋養神經系統；**鈣**-有助於增強骨骼及牙齒之健全、促進血液之凝固及預防骨質疏鬆症；**錳**-可強化骨骼。(2). 非金屬成份：**磷**化合物-與鈣能共同作用以增強骨骼組織與牙齒，並為能量的儲存及釋出之控制所必需；**矽**化合物-與鈣共同作用能強化骨骼；**氯**-有助於身體之酸鹼平衡及滲透壓，亦可刺激胃中鹽酸之分泌；**碘**-有助於維持甲狀腺之功能以調節新陳代謝與成長。

臺灣最早期**溫泉**的開發與利用主要是以**醫療**為目的，之後隨著臺灣經濟的快速成長，溫泉浴已逐漸轉變成為另一種觀光休閒的模式。臺灣地區雖與日本一樣得天獨厚擁有各類的泉質，但是當今臺灣的溫泉法中並未列入**溫泉醫療**及**療養**之相關規範，而衛生單位亦未將**溫泉醫療**納入國家醫療保健之列，所以，在未來，如果要發展出一套具有“臺灣”特色的**溫泉醫療**則還有賴於各級政府的支持、醫界與學界的介入與溫泉旅館業者們的共同努力！！